

博物館創齡服務的跨域參與— 以國立故宮博物院為例

徐孝德 國立故宮博物院教育展資處處長

黃琇凌 國立故宮博物院教育展資處助理研究員

壹、背景

臺灣社會在 2018 年 3 月正式邁入「高齡社會」，即 65 歲以上的老年人口比率達 14.05%，此數字在隔年 6 月底時增至 14.9%。另按國家發展委員會高齡化時程推估，2026 年臺灣社會高齡人口將超越 20%，成為「超高齡社會」，2065 年更達到總人口的四成，顯示我國老年人口正持續快速增加（行政院主計總處，2019）。聯合國世界衛生組織（WHO）在 2002 年即呼籲各國政府在政策面上落實「活躍老化」和終身學習。而美國精神科暨老人學專家 Gene D. Cohen 所主張的「創意老化」，則證實高齡者透過藝術活動和社會參與，能持續激發大腦的開發（劉婉珍，2017）。另一項發表於 2019 年 12 月 18 日英國醫學期刊的研究顯示，在追蹤 6,710 位 50 歲及以上的人士長達 14 年後，發現每幾個月或更常參與藝術活動者，比完全不接觸藝術者減少 31% 的死亡風險；即使每年僅接觸 1 到 2 次的藝術活動者，死亡風險也比無參與者降低 14%（Fancourt & Steptoe，2019）。

貳、博物館的創齡服務與 跨域合作

博物館是終身學習的文化場域，除了具備傳統的典藏、維護、溝通、研究、展示等功能外，處於多變性環境的 21 世紀博物館正重新定義自身的角色—亟需更多互動與彈性、更聚焦於觀眾和社區導向等，作為文化樞紐的博物館，正轉型為觀眾可共同參與、創造和交流的知識創意平臺（國際博物館協會，2019）。面對現今社會少子化、高齡化的現象，博物館勢必要以更貼心的服務來回應日漸居多的高齡觀眾族群，並提供符合其身心需求的參觀環境、觀眾服務、展示手法、教育活動等，提升高齡者的生活品質與幸福感。臺灣博物館界於 2016 年成立「博物館創齡行動聯盟」，啟動博物館資源和跨領域專業的整合，共同推動「創意老化」的精神。身為國家級博物館的國立故宮博物院（以下簡稱故宮），近年來呼應世界倡議文化近用、友善平權與社會共融的潮流，以「文化參與是權力而非福利」的核心理念，擴大跨領域合作，致力服務多元觀眾族群。基於此精神，

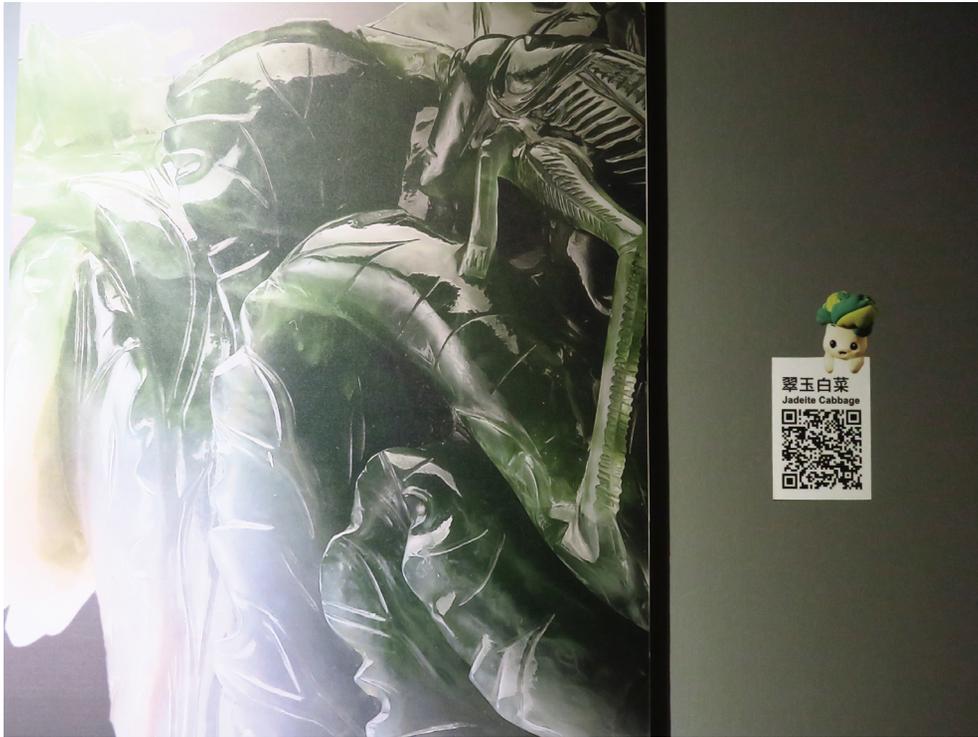


圖 1 故宮明星展件〈翠玉白菜〉展場 Q 版文物 QR Code

資料來源：王聖涵攝

故宮以「活躍創新」為基礎，從自身豐沛的典藏資源出發，規劃客製化的教育活動與課程，結合科技運用，與在地社區機構、醫療界、高齡服務等專業團隊合作，希望能促進高齡者與樂齡者的老年生活更豐富活躍與創意。以下就筆者服務的教育展資處所辦理的教育推廣和觀眾服務等面向介紹故宮創齡服務。

一、高齡友善的參觀環境

博物館迎接高齡觀眾前，首先須考量高齡者因生理上老化所產生的需求，除了無障礙設施與休息座位的建置外，需使用明顯易讀的字體和說明，搭配充足的光線輔助觀賞並確保行走空間的安全（邱莉婷、邱榆婕，2012）。儘管故宮陳列室為保護脆弱的文物而須設定較低的照度與溫度，為改善觀眾參

觀經驗，故宮以放大或加粗的方式全面調整展場指標文字與圖示，讓參觀動線更明朗。展覽文物說明部分，另增設明星展件如翠玉白菜、毛公鼎、肉形石 Q 版 QR Code (圖 1)，作為觀眾獲取文物資訊的輔助。按 2018 年國家發展委員會研究調查，近六成 60 歲以上擁有手機的民眾曾使用手機上網 (國家發展委員會，2018)，因此，將展場有限的說明內容以 QR Code 方式方便民眾將資訊帶著走成為新的參觀輔具。此外，在館內另一項運用科技逛故宮的多媒體導覽機具，提供觀眾可放大的文物說明文字、展品細部圖片和影片等，增加文物導賞的選擇性和樂趣，適合高齡者使用。

故宮另一項實踐友善平權的新服務，是以「易讀易懂」(Information for All) 的概念，推出免費線上和紙本的「故宮易讀版導覽手冊」(註 1) (圖 2)，由故宮教育展資處、

職能治療師、社工或教保員、圖像設計、身心障礙學者等專業團隊合作，編製適合身心障礙者、高齡者和兒童參觀使用。易讀版導覽手冊在排版、顏色、字體大小和介紹文字，皆以簡單、清晰、口語化的方式呈現，讓使用者一目了然，增加參觀的愉悅性。

二、走入社區的客製化樂齡系列課程

高齡者因生理機能、認知功能、注意力和記憶力的改變，若能提供充足的時間、結構化的內容和支援性的學習情境，皆能幫助高齡者學習新的事物並建立自信心 (邱莉婷、邱榆婕，2012)。無論是院區位址或文物展覽，一般民眾常有故宮遙不可親的印象，尤其對高齡者而言，地處外雙溪無捷運直達的故宮並非是出遊造訪的首選。故宮自 2006 年開始至今，持續在院外安養中心辦理每月一次的文物講座，長期受到長輩們的喜愛。為擴大服務廣大的高齡者族群，讓文物美學成為民眾生活的一部份，故宮走入社區，結合在地機構資源，首次為高齡者量身打造趣味活潑的樂齡系列課程，期能引發高齡者對故宮文物的興趣，進而將到故宮一遊成為他們休閒和文化活動的一環。

本院樂齡系列課程分為四階段和四個設計原則。第一階段瞭解在地合作機構與目標族群的屬性和需求，第二階段進行課程形式與內容設計、師資篩選等規劃討論，第三為開課後執行階段，第四階段為課後分析檢討。在課程目標確認後，課程設計原則為：(一) 不同於專題講座，需降低文物學術性與知識性的內容；(二) 將古文物與高齡者日常生活產生連結以引起共鳴；(三) 以易懂的入門介紹方式，挑選必看明星展件，讓高齡者



圖 2 故宮易讀版導覽手冊

資料來源：周明柔攝



圖 3 2019 年故宮和臺北仁濟院課程學員賞玩故宮複製文物

資料來源：黃琇凌攝



圖 4 樂齡課程學員實地參觀故宮

資料來源：郭志強攝

來故宮參觀時有熟悉感，一看就懂。(四) 搭配複製文物觸摸、手創活動以練習手眼協調和體驗文物美學，並穿插故宮實地參訪建立觀賞真品經驗(圖3、圖4)。2018年起主要合作機構包含臺北市士林區健康服務中心、臺北市立圖書館總館樂齡學習示範中心(大安區)、臺北仁濟院(萬華區)等。透過此課程，故宮文物的設計美學、背後蘊藏的文化歷史意涵，和高齡者生命故事產生富有意義的情感交流，每次開課皆受到高齡者口耳相傳的肯定，故宮也因此受邀另為失智高齡者團體開課，延伸藝術陪伴的精神。為突破博物館對失智症者有限的認識，提供符合其需求的課程活動，本院協同衛生福利部國民健康署、醫療教育單位辦理培力工作坊，提升內部人員的專業素養。

三、當藝術遇見醫療

(一) 故宮 × 榮總 × 陽明大學 跨域合作計畫

服務低參與度的觀眾是故宮推動社會共融與平權的目標之一，除了前述的樂齡系列課程，2018年「藝術關懷行動」方案結合社工師、藝術治療師和本院策展研究人員跨域合作，至臺北榮民總醫院新竹院區公務護理之家服務失能、臥床的榮民高齡者，提供「文物到床邊」的服務，讓文物為高齡者歷經風霜的生命史注入有溫度的情感體驗。有鑑於此專案幫助改善病房氛圍，故宮開始思考博物館與醫療體系攜手合作的多種可能性。本院結合臺北榮民總醫院、陽明大學高齡與健康研究中心，以「促進高齡者身心健康、培

訓長期照顧人力運用博物館及藝文資源，提供高齡者社會支持及心理陪伴，關照照顧者本身的自我照護功能」為目標，運用三方各自的專業與資源，計畫共同開發適合高齡者與照護者的教具方案，參與成員預計包括文物研究人員、職能治療師、心理及藝術治療師、護理師、社工師和遊戲設計師等(註2)，將為高齡者的醫療照護創造同樂的藝術時光。

(二) 故宮 × 北醫 × 數位科技

故宮和臺北醫學大學(以下簡稱北醫)於2017年首次合作「北醫人到故宮：藝術實地學習」通識教育課程，2018年春季正式簽訂合作備忘錄，期能透過跨專業的交流與能量激盪，培育人文和醫學兼備之才，並推動故宮數位藥典研究，以回饋社會大眾。2019年12月在北醫展出的「故宮 × 北醫藝起玩—數位微型特展」(圖5)，是故宮整合歷年產出的數位科技互動裝置，運用STEAM教育精神所發展的數位藝術教育展，透過「VR數位教學、AR數位影音展示、雲端學習體驗、遊戲式教學體驗」等展區主題，帶領民眾與國寶互動，悠遊繪畫中的山水美景，與名家書帖賞墨共舞，近距離解構青銅器器形與紋飾等，以多樣化的手法詮釋文物不同的面向(ETtoday新聞雲，2019)。這類以數位科技為載體、融合人與物互動元素的藝術呈現方式，對高齡者而言，故宮提供了無壓力使用新科技和容易入門的藝術體驗管道，進而拉近他們與文物的距離。故宮正館二樓甫開幕的「經典之美—新媒體藝術展」，即是創造高齡觀眾可運用感官和肢體探索經典國寶的藝術科技新場域。



圖 5 故宮 × 北醫藝起玩—數位微型特展:右三起—北醫朱秀娟副校長、北醫林建煌校長、故宮教育展資處徐孝德處長、教展處吳紹群科長、北醫何弘能顧問、北醫鄭穎主任
資料來源：吳昕珏攝



圖 6 「故宮國寶動動操」記者發表會:故宮黃永泰副院長（第二排中）、衛生福利部國民健康署吳建遠組長（第二排右二）、教育展資處徐孝德處長（第二排左三）和職能治療師、樂齡志工及奧爾仕幼兒園小朋友合影。
資料來源：黃琇凌攝

四、故宮國寶動動操

故宮另一項以跨域合作實踐友善平權精神的創舉，是於 2019 年 11 月底發表的「故宮國寶動動操」（以下簡稱國寶操）（圖 6）。國寶操是由故宮邀請長年服務高齡者的職能治療團隊，共同發想專為樂齡觀眾所設計的文物健康操，從專業運動中認識文物之美，同時達到促進高齡者身心健康的目標。首先，職能治療師先設定適合健康高齡者能達到最佳運動效果的動作編排速度 125 BPM（註 3），及運動後每分鐘心跳接近 125 下為設計原則，融合八件精選文物的形態精髓發展成約三分鐘的國寶操，包含〈毛公鼎〉、〈翠玉白菜〉、〈玉辟邪〉、〈白瓷嬰兒枕〉、〈玉鴨〉等展品皆是創作靈感的來源。值得一提的是，除了高齡者外，有趣易學的國寶操也是全民都能一起動起來的健康操。故宮後續將搭配樂齡系列課程擴大推廣，讓高齡者在靜態學習和肢體動態的歡樂氛圍下體驗文物美學，並深化於其生活中。這項跨域合作的成果推廣正是呼應前述參與藝術活動能降低死亡風險的研究發現。

參、結語

面對臺灣人口快速高齡化和少子化的衝擊，今日的博物館被賦予新的社會責任，不僅是守護及展示代表人類文明的文化資產，也轉化成為實踐社會平權共融、提升終身學習力和幸福感的機構。故宮結合跨專業領域的合作能量，激發出前所未見的新思維與可能性。在政府高齡社會白皮書中所提出的健康生活、幸福家庭、活力社會和友善環境等四大願景下（簡慧娟，2016），故宮為高齡者創造「創意老化」的藝術美學方案及場域，未來將持續結合更多跨領域的專業團隊，包含長照醫療單位、高齡領域學術機構、藝術工作者、職能／物理／語言治療師、藝術／戲劇／音樂治療師、心理諮商師、關照長者健康團體等，並妥善運用低壓力、易操作的數位科技，輔助深化美學五感體驗，協作產出符合高齡者需求的全方位服務，發揮藝術在生活的影響力，讓更多高齡者走入博物館共賞文物之美，將是故宮努力不懈的使命。

附註

註 1：故宮易讀易懂導覽手冊新聞稿。2019 年 12 月 26 日。（檢索日期：2020 年 1 月 16 日）<https://www.npm.gov.tw/Article.aspx?sNo=04011119>；易讀版導覽手冊線上版網址：<https://www.npm.gov.tw/Article.aspx?sNo=03010642>

註 2：按本院合作企劃資料內容。

註 3：BPM 為 Beats per minute，每分鐘節拍次數，125BPM 即每分鐘演奏 125 個四分音符。

參考文獻

1. 行政院主計總處。2019。國情統計通報（7 月 17 日）。<https://www.dgbas.gov.tw/public/Data/9717160105LQG42NT.pdf>（檢索日期：2020 年 1 月 16 日）
2. 邱莉婷、邱榆婕。2012。高齡學習者走進博物館遇見幸福，科技博物，16（2）：80－82。
3. 國家發展委員會。2018。107 年持有手機民眾數位機會調查報告。
<https://ws.ndc.gov.tw/Download.ashx?u=LzAwMS9hZG1pbmlzdHJhdG9yLzEwL2NrZmlsZS9kNjZiNTk3NS1hMDNnLmTQxZTktOGFjMi00YTQxZjc1YjI0ZDYucGRm&n=MTA35bm05omL5qmf5peP5pW45L2N5qmf5pyD6Kq%2F5p%2Bl5aCx5ZGKLnBkZg%3D%3D&icon=.pdf>（檢索日期：2020 年 1 月 16 日）
4. 國際博物館（The International Council of Museums，簡稱 ICOM）訂定 2019 年國際博物館日和協會年會主題為「博物館作為文化樞紐－傳統的未來」（Museums as Cultural Hubs: The future of tradition）。<https://icom.museum/en/news/imd2019-museums-as-cultural-hubs-the-future-of-tradition/>（檢索日期：2020 年 1 月 16 日）
5. 黃琇凌。2018。樂齡學習與博物館－以國立故宮博物院為例。臺灣教育 713：107－114。
6. 劉婉珍。2017。創意認同：博物館在高齡社會中發揮潛能的實踐基礎。博物館與文化，14：9－10。
7. 簡慧娟。2016。高齡社會白皮書之規劃與行動策略。國土與公共治理季刊。第 4 卷第 1 期：79－83。<https://ws.ndc.gov.tw/Download.ashx?u=LzAwMS9hZG1pbmlzdHJhdG9yLzEwL3JlbGZpbGUvNTU2Ni84MjQzLzBkMmWYxNjAzLWMyMjMtNGNkZi05MDI0LWUwMTVmZjYyMDU5My5wZGY%3D&n=5pS%2F562W5paw55%2BIMDEt6auY6b2h56S%2B5pyD55m955qu5pu45LmL6KaP5YqD6liH6KGM5YuV562W55WILnBkZg%3D%3D&icon=..pdf>（檢索日期：2020 年 1 月 16 日）
8. ETtoday 新聞雲。2019 年 12 月 19 日。用 AR 欣賞水沙連古道、南懷仁坤
北醫大攜手故宮玩國寶。<https://www.ettoday.net/news/20191219/1605515.htm#ixzz6BS1TNjB>（檢索日期：2020 年 1 月 16 日）
9. Fancourt, D. & Steptoe, A.. 18 December 2019. The art of life and death：14 year follow-up analyses of associations between arts engagement and mortality in the English Longitudinal Study of Ageing. BMJ. <https://www.bmj.com/content/367/bmj.l6377>（檢索日期：2020 年 1 月 15 日）